

## ABSTRAK

UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN MASYARAKAT  
PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
SKRIPSI, JUNI 2012

LASINI

### PERBEDAAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO MAKAN PAGI PADA REMAJA USIA 12 – 19 TAHUN BERDASARKAN TIGA DAERAH DAN JENIS KELAMIN DI PROPINSI KALIMANTAN BARAT

ix, VI Bab, 128 Halaman, 29 Tabel, 38 Gambar.

**Latar Belakang:** Perubahan fisik karena pertumbuhan pada masa remaja akan mempengaruhi status kesehatan dan gizi remaja. Untuk itu diperlukan gizi seimbang untuk memenuhi kebutuhan.

**Tujuan :** Untuk mengetahui perbedaan asupan zat gizi makro makan pagi pada remaja usia 12-19 tahun berdasarkan tiga daerah dan jenis kelamin di Propinsi Kalimantan Barat.

**Metode Penelitian:** Data yang digunakan data sekunder Riskesdas 2010 dengan pendekatan *cross-sectional* dan design survey analitik. Populasi adalah seluruh remaja usia 12-19 tahun di tiga daerah. Sampel adalah 31 remaja usia 12-19 tahun di Kabupaten Pontianak, 85 di Kota Pontianak dan 32 di Kota Singkawang. Pengujian statistik menggunakan uji *t-test Independen* dan uji *One-way Anova*.

**Hasil:** Nilai rata-rata z-score di ketiga daerah berstatus gizi normal (75%), status gizi gemuk (11,1%) dan kurus (10,4%). Asupan energi 330,3 kkal ( $\pm 144,4$ ), karbohidrat 53,9 gr ( $\pm 20,2$ ), protein 10,02 gr ( $\pm 7,09$ ) dan lemak 4,9 gr ( $\pm 8,72$ ) di Kabupaten Pontianak. Di Kota Pontianak asupan energi 305,4 kkal ( $\pm 172,5$ ), karbohidrat 42,76 gr ( $\pm 21,5$ ), protein 9,74 gr ( $\pm 8,36$ ) dan lemak 4,9 gr ( $\pm 8,7$ ) dan Kota Singkawang asupan energi 262,4 kkal ( $\pm 176,25$ ), karbohidrat 39,08 gr ( $\pm 22,2$ ), protein 5,46 gr ( $\pm 4,49$ ) dan lemak 8,94 gr ( $\pm 12,78$ ). Asupan karbohidrat dan protein waktu makan pagi berbeda secara bermakna berdasarkan tiga daerah ( $p < 0,05$ ) sedangkan asupan energi dan lemak tidak berbeda secara bermakna ( $p \geq 0,05$ ), dan juga tidak ditemukan adanya perbedaan asupan zat gizi makro antara laki-laki dan perempuan ( $p \geq 0,05$ ).

**Kesimpulan:** Pemerintah perlu menginformasikan besaran asupan zat gizi makro makan pagi pada remaja terkait dengan lokasi dan jenis kelamin.

Daftar Bacaan : 43 (1994-2011)